



PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO 1 - CRECHE (1 a 3 anos)

Necessidades Alimentares Especiais:

Outubro 2022

	2ª FEIRA 03/10	3ª FEIRA 04/10	4ª FEIRA 05/10	5ª FEIRA 06/10	6ª FEIRA 07/10
Café da manhã	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga
Almoço	Arroz, Feijão, Frango iscas, Salada	Arroz, Feijão Carne moída com batata Salada	Arroz, Feijão, Frango refogado Salada	Arroz, Feijão Carne de panela com cenoura e vagem Salada	Arroz, Feijão Frango no molho Salada
Lanche da tarde	Vitamina de leite com fruta Biscoito	Bolo de maçã	Crepioca (farinha de tapioca com ovo, pouco sal) Suco	Milk shake Pão com manteiga	Vitamina de leite com fruta Biscoito
Jantar	Sopa de feijão com macarrão e legumes (cenoura e abobrinha no ralo fino)	Sopa de legumes com carne (cenoura, vagem, batata, mandioquinha, carne e macarrão)	Sopa creme (legumes variados cozidos com carne bovina – liquidificar)	Sopa creme (legumes variados cozidos com carne bovina – liquidificar)	Pão com frango Suco de laranja (laranja e água)

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDEOS (g)	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
		123 g	37 g	29 g	190,5 mcg	54,7 mg	407 mg	4,88 mg
	902 kcal	55 %	17 %	28 %				

Carla Cristina Basso Albertoni, Nutricionista CRN3 19958

OBS: Todos os alimentos deverão ser bem cozidos. Atenção às verduras que deverão ser repicadas. O feijão deverá ser servido com grãos bem cozidos e caldo grosso. As frutas deverão ser servidas após o almoço e jantar, de acordo com seu estado de maturação (madura). **PROIBIDO UTILIZAR AÇÚCAR NAS PREPARAÇÕES.**



PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

Outubro 2022

	2ª FEIRA 10/10	3ª FEIRA 11/10	4ª FEIRA 12/10	5ª FEIRA 13/10	6ª FEIRA 14/10
Café da manhã	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga		Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga
Almoço	Arroz, Feijão, Ovo mexido, Salada	Arroz Feijão Estrogonofe de carne Salada	FERIADO	Macarrão com carne Salada	Arroz, Feijão, Carne de panela, Salada
Lanche da tarde	Vitamina de leite com mamão Biscoito	Torta de frango suco		Canjica	Melancia
Jantar “Semana da criança”	Cachorro-quente completo Suco de polpa	Arroz Feijão Estrogonofe de carne Salada		Macarrão com carne Salada	X-salada Batata-frita Suco de laranja

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDEOS (g)	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
	1037 kcal	143 g	40,9 g	33,5 g	190 mcg	54 mg	407 mg	4,8mg
		55%	17 %	28 %				

Carla Cristina Basso Albertoni, Nutricionista CRN3 19958

OBS: Todos os alimentos deverão ser bem cozidos. Atenção às verduras que deverão ser repicadas. O feijão deverá ser servido com grãos bem cozidos e caldo grosso. As frutas deverão ser servidas após o almoço e jantar, de acordo com seu estado de maturação (madura). **PROIBIDO UTILIZAR AÇÚCAR NAS PREPARAÇÕES.**



CARDÁPIO 3 - CRECHE (1 a 3 anos)

Necessidades Alimentares Especiais:

Outubro 2022

	2ª FEIRA 17/10	3ª FEIRA 18/10	4ª FEIRA 19/10	5ª FEIRA 20/10	6ª FEIRA 21/10
Café da manhã	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga
Almoço	Arroz, Feijão, Carne moída com batata, salada	Arroz, Feijão, Farofa de ovos, Salada	Mini feijoada (arroz, feijão preto com carne, couve)	Macarrão com frango Salada	Arroz, Feijão, Carne de panela com cenoura e vagem, Salada
Lanche da tarde	Vitamina de leite com fruta Biscoito	Torta de frango Suco	Milk Shake Pão com manteiga	Sagu com suco de uva	Melão Biscoito
Jantar	Sopa de feijão com macarrão e legumes (cenoura e abobrinha no ralo fino)	Sopa creme (legumes variados cozidos com carne bovina - liquidificar)	Sopa de legumes com carne (cenoura, vagem, batata, mandioquinha, carne e macarrão)	Canja (arroz, cenoura, batata, tomate e frango)	Pão com carne Suco

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDEOS (g)	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
	891,2 kcal	117g	36,5 g	30,4 g	219 mcg	48,7 mg	466mg	4,14mg
		53%	16,3 %	30,7 %				

Carla Cristina Basso Albertoni, Nutricionista CRN3 19958

OBS: Todos os alimentos deverão ser bem cozidos. Atenção às verduras que deverão ser repicadas. O feijão deverá ser servido com grãos bem cozidos e caldo grosso. As frutas deverão ser servidas após o almoço e jantar, de acordo com seu estado de maturação (madura). **PROIBIDO UTILIZAR AÇÚCAR NAS PREPARAÇÕES.**



PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO 4 - CRECHE (1 a 3 anos)

Necessidades Alimentares Especiais:

Outubro 2022

	2ª FEIRA 24/10	3ª FEIRA 25/10	4ª FEIRA 26/10	5ª FEIRA 27/10	6ª FEIRA 28/10
Café da manhã	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga
Almoço	Arroz, Feijão, Ovo mexido com tomate, Salada	Arroz, Feijão Frango refogado Salada	Macarrão com carne Salada	Arroz, Feijão Carne suína acebolada Salada	Arroz, Feijão, frango em cubos no molho, Salada
Lanche da tarde	Vitamina de leite com mamão Biscoito	Crepioca (farinha de tapioca com ovo, pouco sal) Suco	Suco natural Biscoito	Ovo mexido Suco polpa	Vitamina de leite com fruta Biscoito
Jantar	Sopa de feijão com macarrão e legumes (cenoura e abobrinha no ralo fino)	Canja (arroz, cenoura, batata, tomate e frango)	Sopa creme (legumes variados cozidos com carne bovina – liquidificar	Sopa de legumes com carne (cenoura, abobrinha, batata, mandioquinha, carne e macarrão)	Pão com frango Suco de laranja (laranja e água) Bolo de aniversário

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDEOS (g)	VITAMINA A	VITAMINA C	CÁLCIO	FERRO
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	(mcg)	(mg)	(mg)	(mg)
		109 g	36 g	28 g	177 mcg	63 mg	366 mg	4 mg
830,8 kcal	55 %	16 %	29 %					

Carla Cristina Basso Albertoni, Nutricionista CRN3 19958

OBS: Todos os alimentos deverão ser bem cozidos. Atenção às verduras que deverão ser repicadas. O feijão deverá ser servido com grãos bem cozidos e caldo grosso. As frutas deverão ser servidas após o almoço e jantar, de acordo com seu estado de maturação (madura). **PROIBIDO UTILIZAR AÇÚCAR NAS PREPARAÇÕES.**